

かかりつけをもちましょう

■問合せ 健康増進課 ☎24-5770

医師、歯科医師、薬剤師・薬局など

「かかりつけ」は、自身の健康状態を知り、日々の健康管理をする上で心強い存在です。

日常的な診療のほか、家族一人一人の病気の予防や健康管理のアドバイスをしてくれます。

①かかりつけ医を持つメリット

- ・健康に関することについて何でも相談に乗ってくれて、必要があれば、適切な医療機関や専門医を紹介してくれます。
- ・日頃の健康状態を把握してくれるので、体調の変化に気付き、病気の早期発見・早期治療につながります。



■かかりつけ医選びのポイント

- ①自宅や職場から近く、通いやすい。
- ②話をよく聞いてくれて、気軽に相談できる。
- ③病気のこと、治療方法などを分かりやすく説明してくれる。



②かかりつけ歯科医を持つメリット

- ・毎日の歯磨きなどのセルフケアと、かかりつけ歯科医による定期的な健診を合わせて行うことで、口腔の健康を維持でき、ずっとおいしく食事ができます。
- ・乳幼児期から高齢期までのライフステージに応じた適切な対応をしてくれ、生涯にわたり口腔の健康を管理してくれます。

③かかりつけ薬剤師・薬局を持つメリット

- ・薬局では、患者さんごとに体質や薬に関する相談内容を記録しています。この記録を基に薬の重複や飲み合わせをチェックすることで、薬を安全で効果的に使えるようにサポートしてもらえます。(特に複数の病院や診療所に通っている場合に役立ちます)
- ・一般用医薬品や、健康食品などについても相談ができます。



もしも急病になつたら ※必ずマイナ保険証または資格確認書やお薬手帳、こども医療費受給資格者証などをお持ちください。

▶休日・夜間緊急診療所 ※診療時間等は右表
植上町1677 ☎24-3337

▶休日歯科診療所
大橋町2042(市保健センター併設) ☎24-7575
診療時間: 9:00~12:00
(日曜・祝日・12/30(火)~1/3(土))

診療日	診療時間	診療科目
休日 (日・祝)	9:00~16:30 (12:00~13:30を除く)	内科・外科・ 小児科(小児科専門医による診療)
	19:30~22:30	内科・小児科(内科医による診療)
平日夜間 (月~土)	19:30~22:30	内科・小児科(内科医による診療)

※1月1日(木)は10:00から診療します。年末年始(12/31(水)~1/3(土))は外科も夜間診療を行います。

健康相談ガイド【要予約】

- ▶健康サポートステーション 申込: 健康増進課 ☎24-5770 時間: 9:30~12:00
日程・会場: 1月22日(木)・葛生あくと保健センター、27日(火)・佐野市保健センター、2月6日(金)・田沼保健センター
- ▶こころの健康相談 申込: 健康増進課 ☎24-5770 会場: 同課(3階)
日時: 1月16日(金)・2月4日(水) 13:30~16:20(心理士)、22日(木) 13:30~16:20(精神科医)
- ▶精神保健福祉相談 申込: 安足健康福祉センター(足利市) ☎0284-41-5895 会場: 同センター
日時: 平日 8:30~17:15(保健師)

1月相談ガイド

一困り事があるときはご相談を—

※【予】と記載のある相談は、予約が必要です。

相談	とき	ところ	問合せ先
消費生活相談	月～金曜日 9:00～16:00 ※多重債務の相談なども受付中	消費生活センター (5階市民生活課内)	消費生活センター ☎ 20-3015
市民相談(外国人含む)	月～金曜日 8:30～17:00※通訳が必要な方は事前にご連絡ください。	市民生活課(5階)	
【予】弁護士無料法律相談	1月14日(水) 13:30～16:00 ※予約受付は1月5日(月) 9:00～ 1月20日(火) 13:30～16:00 ※予約受付は1月5日(月) 9:00～	万葉の里城山記念館 田沼中央公民館	市民生活課 ☎ 20-3014
【予】交通事故相談・宅地建物相談	1月9日(金) 13:30～16:00 ※予約受付は土日祝日を除く3日前まで		交通事故相談の予約は土日祝日を除く3日前までに県民プラザ ☎ 028-623-2188
【予】行政書士による相続等相談	1月16日(金) 13:30～16:00 ※予約受付は1月5日(月) 9:00～	市民生活課(5階)	
	1月9日(金) 13:30～16:00		
行政相談	1月21日(木) 13:30～16:00	田沼中央公民館	
	2月3日(火) 13:30～16:00	葛生地区公民館	
青少年の悩みごと相談	月～金曜日 8:30～17:00	少年指導センター (3階生涯学習課内)	少年指導センター ☎ 20-3061
児童福祉相談	月～金曜日 8:30～17:00		
女性相談・母子父子家庭、寡婦の相談	月～金曜日 8:30～16:00	こども家庭センター(2階)	こども家庭センター ☎ 85-7317
【予】女性の再就職相談会	1月16日(金) 10:00～12:00	こどもの国	
女性相談	1月22日(木) 9:30～16:00		
【予】女性のためのカウンセリング相談 ※空きがあれば当日受付可	1月8日(木)・15日(木) 10:00～11:50 ※8日(木)は13:10～14:00も実施	男女共同参画推進センター ※田沼行政センター2階	人権・男女共同参画課 ☎ 61-1140
困りごと・人権相談	1月15日(木) 13:30～16:00 ※受け付けは15:00まで		
隣保館定例相談 (弁護士無料法律相談)	1月27日(火) 13:30～15:30 ※受け付けは13:00～14:00	隣保館	隣保館 ☎ 22-7513
★その他、隣保館では教育・福祉、健康、住宅・年金・納税、就労・人権などの相談をお受けします。日程などは直接お問い合わせください。			
障がいのある方の相談 どちのみおたすけコール	平日午前8:30～17:30 ☎ 24-5759 上記時間以外の緊急の相談 ☎ 080-4073-5799 ※24時間対応		障がい者相談支援センターみどり ☎ 24-5759
精神に障がいのある方の相談支援	月～金曜日 9:00～18:00	(福)プローニュの森内	相談支援事業所たくと ☎ 24-9135
【予】ひきこもり相談	1月9日(金)・20日(火) 10:00～16:00	障がい福祉課(2階)	障がい福祉課 ☎ 20-3025



人口と世帯数 (12月1日現在)

- 人口：112,031人(-64)
男：55,766人(-32)
女：56,265人(-32)
- 世帯：53,485戸(+21)
- 人口の動き(11月分)
 - 出生：37人 ●死亡：136人
 - 転入：262人 ●転出：227人



うちの子も 結婚できました!



お気軽に
ご連絡
ください

独身の
お子様の
結婚相談

マルチマークCMS取得 ムスベル株式会社

結婚相談所ムスベル小山

小山市駅東通り1-21-7 KM-4ビル2階

0120-138-026

通話料無料

宮業時間：10時～19時 定休日：第2・第4水曜日